

KIDS Hollydiab' CLUB

CAHIER DE VACANCES

À PARTIR
DE 5 ANS

COLLE UNE PHOTO OU DESSINE TOI ICI

JE M'APPELLE:

J'AI

ANS

POUR PLUS D'INFORMATIONS :
www.sanofi-diabete.fr

sanofi

KIDS
Hollydiab'
CLUB



SOMMAIRE

Colorie les traces de pattes du Panda quand tu as fini le jeu !

Mes vacances

Ma liste

Mon dessin

Noël caché

Recette de sablés

Mais où sont les sablés ?

Coloriage

Suivi des émotions



MES VACANCES

Où passes-tu tes vacances cette année ?



À LA MONTAGNE



À LA PLAGE

À LA CAMPAGNE



EN VILLE



EN COLONIE



À LA MAISON

MA / MES DESTINATION(S) 

COLLE UNE PHOTO OU DESSINE TA/TES
DESTINATION(S) DE VACANCES :



MES VACANCES

Avec qui passes-tu tes vacances?

- | | | | |
|-----------|--------------------------|--------------------------|-----------|
| MAMAN(S) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | PAPA(S) |
| FRÈRE(S) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SOEUR(S) |
| MAMIE(S) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | PAPI(S) |
| COPAIN(S) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | COPINE(S) |

MON / MES ANIMAUX :

COLLE UNE PHOTO OU DESSINE UN SOUVENIR
DE VACANCES AVEC CES PERSONNES:



MA LISTE

À compléter / faire valider
avec un adulte.

VÊTEMENTS

HYGIÈNE

JEUX / ACTIVITÉS

AUTRES

MA LISTE

À compléter / faire valider avec un adulte.

DIABÈTE SOUS INJECTIONS

- Stylos jetables d'insuline lente et rapide ou cartouches d'insuline lente et rapide avec stylos rechargeables + 1 stylo de secours
- Aiguilles
- Lecteur de glycémie (avec piles ou chargeur)
- Bandelettes pour glycémie
- Stylo auto piqueur et lancettes
- Capteur de mesure du glucose
- Lecteur de cétonémie avec bandelettes
- Kit de glucagon
- Collecteur à aiguilles
- Pochette isotherme
- Sucre et collations

DIABÈTE SOUS POMPES

- Flacon d'insuline rapide
- Stylos jetables de secours d'insuline lente et rapide
- Pompe et pompe de remplacement, PDM/Dash (avec piles ou chargeur)
- POD, cathéters, tubulures, réservoirs
- Aiguilles
- Lecteur de glycémie (avec piles ou chargeur)
- Bandelettes pour glycémie
- Stylo auto piqueur et lancettes
- Capteur de mesure du glucose
- Lecteur de cétonémie, bandelettes de cétonémie
- Désinfectant et compresses
- Kit de glucagon
- Collecteur à aiguilles
- Pochette isotherme
- Sucre et collations

MES PAPIERS

- Ordonnance médicale
- Certificat médical pour transporter le matériel
- Carte de diabétique
- Carte vitale/ carte européenne
- Carnet de glycémies
- Protocoles pompe à insuline (vomissement et hyperglycémie)
- Schéma de remplacement de la pompe
- Coordonnées du médecin référent/ coordonnées du prestataire de service

MON DESSIN



NOËL CACHÉ

✿ Colorie les cases contenant les mots suivants.

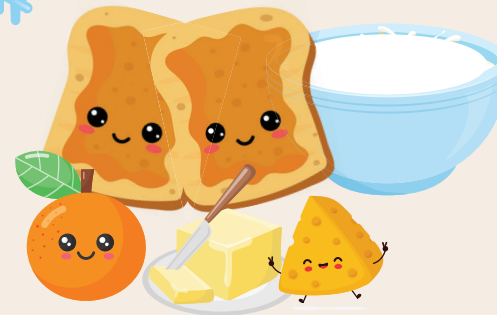
CHOCOLAT - MANGUE - BÛCHE - POMME - BANANE
NOIX - SABLES - RADIS - CHOU - CEPE

G	C	C	E	P	E	B	Z	I	T
C	H	O	C	O	L	A	T	E	M
X	O	A	V	M	A	N	G	U	E
A	U	W	E	M	R	A	D	I	S
B	U	C	H	E	L	N	O	I	X
R	X	S	A	B	L	E	S	E	Y



PTIT' DEJ'

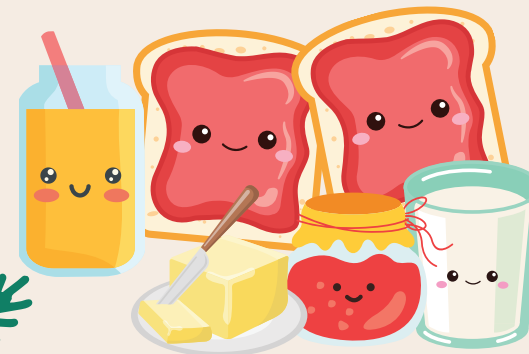
✿ Entoure le petit déjeuner qui t'apporterait le plus d'énergie pour toute la matinée



Petit Déjeuner N°1



Petit Déjeuner N°2



Petit Déjeuner N°3

UN MOT, UNE IMAGE

* Relie l'image au mot correspondant.

Champignon		Bûche
Endive		Dattes
Mandarine		Marrons
Ananas		Litchi
Noix		Dinde

SABLÉS

* Ingrédients pour 35 sablés

- 250G FARINE
- 125 BEURRE
- 100G SUCRE EN POUDRE
- 1 OEUF
- 1 SACHET DE SUCRE VANILLÉ
- 1 BONNE PINCÉE DE SEL



ET SELON LES GOÛTS :

- 1 CUILLÈRE À CAFÉ DE CANNELLE
- 1/2 CUILLÈRE À CAFÉ DE GINGEMBRE
- 1/2 CUILLÈRE À CAFÉ DE QUATRE ÉPICES

Quantité de glucides :

- 291,5 grammes de glucides dans la totalité des sablés,
- 8,5 grammes de glucides pour 1 sablé si 35 sablés de taille similaire sont réalisés.



MAIS OÙ SONT LES SABLÉS ?

* Recette

1. Mélanger la farine, le sel, les sucres et les épices. Ajouter le beurre froid coupé en petits morceaux et sabler entre les mains. Ajouter l'œuf et travailler rapidement jusqu'à obtenir une pâte homogène.
2. Former une boule, la filmer avec du film alimentaire et la déposer au réfrigérateur pendant 30 minutes à 1 heure.
3. Préchauffer le four à 150°C (thermostat 5). Sortir la pâte du frigo et la dérouler sur 1/2 cm d'épaisseur.
4. Avec l'emporte-pièce à motif de Noël, découper des petits biscuits et les déposer sur une plaque garnie d'une feuille de papier sulfurisé ou sur une plaque beurrée à l'aide d'une feuille de papier essuie-tout.
5. Recouvrir chaque biscuit d'un peu de jaune d'œuf.
6. Faire cuire 10 min environ.
7. A la sortie du four, laisser les biscuits refroidir sur une plaque (ils sont parfois un peu mous mais ils durcissent en refroidissant).
8. On peut les conserver quelques jours dans une boîte hermétique.

* Retrouves les 9 sablés cachés dans ce décor



EMOTIONS

Indique ton émotion de la journée en cochant dans la case.

JANVIER

MES ÉMOTIONS

SEMAINE

2



Lundi 1 Janvier

Mardi 2 Janvier

Mercredi 3 Janvier

Jeudi 4 Janvier

Vendredi 5 Janvier

Samedi 6 Janvier

Dimanche 7 Janvier

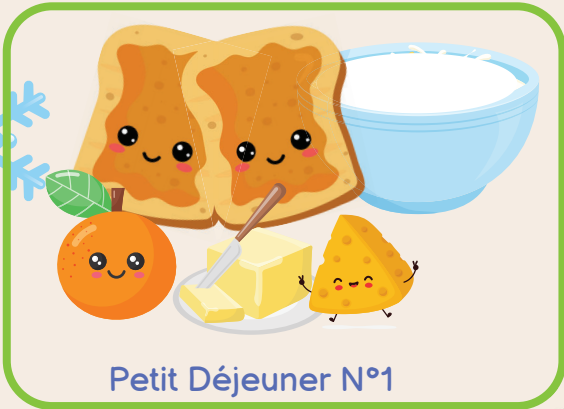
CORRECTIONS

* NOËL CACHÉ

G	C	C	E	P	E	B	Z	I	T
C	H	O	G	O	L	A	T	E	M
X	O	A	V	M	A	N	G	U	E
A	U	W	E	M	R	A	D	I	S
B	U	C	H	E	L	N	O	I	X
R	X	S	A	B	L	E	S	E	Y

CORRECTIONS

* PTIT' DEJ'



CORRECTIONS

* NOËL CACHÉ



CORRECTIONS

MAIS OÙ SONT
LES SABLÉS ?



BLOC NOTE



KIDS
Hollydiab'
CLUB

KIDS
Hollydiab'
CLUB

ÉCRIT AVEC LA COLLABORATION DE :

Mme Pamela BRIEMANT & Mme Gaëlle MILLET

Diététiciennes-nutritionnistes pédiatriques



SUR UNE IDÉE ORIGINALE DE :

Mme Mathilde MUNEREZ & Mme Sarah STUCCHI-AIDAN

Diététiciennes-nutritionnistes pédiatriques



**J'ESPÈRE QUE TU AS PASSÉ DE
BONNES VACANCES AVEC LE**

CAHIER DE VACANCES

KIDS
Hollydiab'
CLUB

**À PARTIR
DE 5 ANS**

CE CAHIER DE VACANCES APPARTIENT À :

**EN CAS DE PERTE, MERCI DE LE RETOURNER À
L'ADRESSE SUIVANTE :**

sanofi

7000044968 - 11/2023